

Утверждаю:		Дата : 04.06.23		Меню 8						
		Детский сад № 188 Центрального района Волгограда		Согласовано:						
Ясли		Сад		24 часа						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150				180				180	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7	
БАТОН	50				30				30	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				10				10	
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200				200	
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				50				50	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				140/50				140/50	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50				50				50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				50				50	
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40				150/50				150/60	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				45	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0				190/10	
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180	
Итого за прием пищи:	0				0				180	
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9
							68,4	52,2	284,4	1 909,5